

รายละเอียดของรายวิชา  
(มคอ.3)

5073603 โภชนาการชุมชน  
(Nutrition for Healthy Living)


หลักสูตรโภชนาการและการประกอบอาหาร  
โรงเรียนการเรือน มหาวิทยาลัยสวนดุสิต  
2560

## รายละเอียดของรายวิชา

ชื่อสถาบันอุดมศึกษา                      มหาวิทยาลัยสวนดุสิต  
วิทยาเขต/คณะ/ภาควิชา                    โรงเรียนการเรือน / หลักสูตรโภชนาการและการประกอบอาหาร

### หมวดที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

1. รหัสและชื่อรายวิชา  
5073603 โภชนาการชุมชน  
(Nutrition for Healthy Living)
2. จำนวนหน่วยกิต  
3 (2-2-5) หน่วยกิต
3. หลักสูตรและประเภทของรายวิชา  
วิทยาศาสตร์บัณฑิต หลักสูตรโภชนาการและการประกอบอาหาร เป็นรายวิชาเฉพาะด้าน
4. อาจารย์ผู้รับผิดชอบรายวิชาและอาจารย์ผู้สอน  
อาจารย์ผู้รับผิดชอบรายวิชา : อาจารย์ยศสินี หัวดวง  
อาจารย์ผู้สอน : อาจารย์ยศสินี หัวดวง

	<p>อ.ยศสินี หัวดวง e-mail : yotsinee-d@hotmail.com ห้องพัก : อาคารเฉลิมพระเกียรติ 50 พรรษา มหาวชิราลงกรณ ถ. สิรินคร (ศูนย์วิทยาศาสตร์ฯ) ชั้น 4 หลักสูตรโภชนาการและการประกอบอาหาร โรงเรียนการเรือน โทรศัพท์ : 0-2423-9453</p>
-------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

5. ภาคการศึกษา/ชั้นปีที่เรียน  
ภาคการศึกษาที่ 2 ปีการศึกษา 2560 ชั้นปีที่ 3
6. รายวิชาที่ต้องเรียนมาก่อน (Pre-requisite) (ถ้ามี)  
ไม่มี
7. รายวิชาที่ต้องเรียนพร้อมกัน (Co-requisites) (ถ้ามี)  
ไม่มี
8. สถานที่เรียน  
มหาวิทยาลัยสวนดุสิต ศูนย์โนนมหาวิทยาลัย
9. วันที่จัดทำหรือปรับปรุงรายละเอียดของรายวิชาครั้งล่าสุด  
พฤศจิกายน พ.ศ. 2560

## หมวดที่ 2 จุดมุ่งหมายและวัตถุประสงค์

### 1. จุดมุ่งหมายของรายวิชา

1. นักศึกษาสามารถอธิบายความหมายและความสำคัญของโภชนาการชุมชนได้
2. นักศึกษาสามารถอธิบายสภาวะอาหารและโภชนาการชุมชนในประเทศไทยได้
3. นักศึกษาสามารถคำนวณความต้องการพลังงานและสารอาหารประจำวันที่ร่างกายควรได้รับสำหรับคนไทยได้
4. นักศึกษาสามารถประเมินภาวะโภชนาการโดยใช้วิธีการทางชีวเคมี การวัดสัดส่วนต่างๆของร่างกาย การตรวจร่างกายทางคลินิก และการประเมินอาหารบริโภคได้
5. นักศึกษาสามารถจัดทำโครงการเพื่อเผยแพร่ความรู้ทางด้านโภชนาการได้
6. นักศึกษาสามารถฝึกปฏิบัติการในชุมชนได้

### 2. วัตถุประสงค์ในการพัฒนา/ปรับปรุงรายวิชา

เพื่อให้ นักศึกษามีความรู้ ความเข้าใจเรื่องโภชนาการชุมชน และสามารถคำนวณความต้องการพลังงานและสารอาหารประจำวันที่ร่างกายควรได้รับสำหรับคนไทยได้ รวมทั้งสามารถประเมินภาวะโภชนาการโดยใช้วิธีการทางชีวเคมี วิธีการวัดสัดส่วนต่างๆของร่างกาย การตรวจร่างกายทางคลินิก และวิธีการประเมินอาหารบริโภคได้ ตลอดจนนำความรู้ไปประยุกต์ใช้ในการจัดทำโครงการเพื่อเผยแพร่ความรู้ทางด้านโภชนาการและฝึกปฏิบัติการในชุมชนได้

## หมวดที่ 3 ลักษณะและการดำเนินการ

### 1. คำอธิบายรายวิชา

ศึกษาแผนอาหารและโภชนาการแห่งชาติ ระบาดวิทยาโภชนาการชุมชน สภาวะอาหารและโภชนาการของชุมชน การประเมินภาวะโภชนาการของบุคคลและประชากร โดยวิธีการวัดสัดส่วนต่างๆของร่างกาย การตรวจทางชีวเคมี การตรวจอาการแสดงทางคลินิก และการประเมินการบริโภคอาหาร การติดตามและวิเคราะห์โครงการระดับชาติในการแก้ไขปัญหาโภชนาการ การจัดทำโครงการเพื่อเผยแพร่ความรู้ทางด้านโภชนาการ ฝึกปฏิบัติและศึกษานอกสถานที่

### 2. จำนวนชั่วโมงที่ใช้ต่อภาคการศึกษา

บรรยาย การฝึก	สอนเสริม	ปฏิบัติ/งานภาคสนาม/การฝึกงาน	การศึกษาด้วยตนเอง
30 ชม. (2 ชั่วโมงต่อสัปดาห์)	สอนเสริมตามความต้องการของนักศึกษา	ฝึกงาน 30 ชม. (2 ชั่วโมงต่อสัปดาห์)	5 ชั่วโมงต่อสัปดาห์

### 3. จำนวนชั่วโมงต่อสัปดาห์ที่อาจารย์ให้คำปรึกษาและแนะนำทางวิชาการแก่นักศึกษาเป็นรายบุคคล

2 ชั่วโมงต่อสัปดาห์ โดยประกาศให้นักศึกษาทราบ ให้ e-mail และเบอร์โทรศัพท์

## หมวดที่ 4 การพัฒนาการเรียนรู้ของนักศึกษา

### 1. คุณธรรม จริยธรรม

#### 1.1 คุณธรรม จริยธรรม ที่ต้องพัฒนา

ผู้เรียนต้องมีคุณธรรม จริยธรรม เพื่อการดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างราบรื่นและมีความสุข ดังนั้น มาตรฐานด้านคุณธรรม จริยธรรมต้องครอบคลุม (TQF 2.2.1 (1-2,5))

- 1) การมีจิตสำนึกและตระหนักในการปฏิบัติตามจรรยาบรรณวิชาชีพ (2.2.1 (1))
- 2) ความมีวินัย ตรงต่อเวลา และมีความรับผิดชอบต่อตนเองและสังคม เคารพกฎ ระเบียบและ ข้อบังคับต่างๆ ขององค์กรและสังคม (2.2.1 (2))
- 3) การมีจิตสาธารณะ เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ (2.2.1 (5))

#### 1.2 วิธีการสอน

- 1) บรรยายพร้อมยกตัวอย่างกรณีศึกษา ตัวอย่างที่ขาดความรับผิดชอบต่อสังคมและเพื่อนร่วมงาน
- 2) บรรยายพร้อมยกตัวอย่างกรณีศึกษาตัวอย่างการประพฤติผิดจรรยาบรรณวิชาชีพ
- 3) อธิบายความสำคัญของการมีจิตสำนึกในการประกอบอาชีพงานโภชนาการในด้านชุมชน
- 4) ผู้สอนปฏิบัติตนเป็นแบบอย่างให้ความสำคัญในด้านจรรยาบรรณวิชาชีพ ความมีวินัย การเคารพใน ความคิดเห็น

#### 1.3 วิธีการประเมินผล

- 1) ประเมินจากพฤติกรรมที่แสดงออกในชั้นเรียนจากการเรียนในชั้นเรียนนั้นๆ
- 2) การตรวจสอบการมีวินัยต่อการเรียน การตรงต่อเวลาและการฝึกปฏิบัติงาน และการมีสัมมาคารวะ ต่อผู้อาวุโสและอาจารย์

### 2. ความรู้

#### 2.1 ความรู้ที่ต้องได้รับ

ผู้เรียนต้องมีความรู้ ความเข้าใจ และทักษะในศาสตร์ด้านโภชนาการ โภชนคลินิก และการประกอบอาหาร สามารถประยุกต์ใช้ความรู้ และทักษะความชำนาญในการประกอบวิชาชีพได้ ดังนั้น มาตรฐานความรู้ต้อง ครอบคลุม (TQF 2.2.2 (1,3))

- 1) การมีความรู้ ความเข้าใจ ในหลักการ แนวคิด ทฤษฎี และเนื้อหาสาระสำคัญของราย วิชาที่เกี่ยวข้อง เพื่อสามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการประกอบวิชาชีพ (2.2.2 (1))
- 2) ความสามารถในการนำความรู้มาประยุกต์ใช้ในบริบททางวิชาการและวิชาชีพ (2.2.2 (3))

#### 2.2 วิธีการสอน

- 1) บรรยายประกอบสื่อการสอน การจัดแบ่งกลุ่มการอภิปราย การระดมสมอง
- 2) เปิดโอกาสให้นักศึกษาตั้งคำถามเกี่ยวกับข้อสงสัยที่เกี่ยวกับเนื้อหาที่เรียน และ ให้มีส่วนร่วมในการ แสดงความคิดเห็น
- 3) จัดให้มีการฝึกการคิดวิเคราะห์โดยให้มีการทำรายงานจากกรณีศึกษา และ มีการนำเสนอใน ห้องเรียน

### 2.3 วิธีการประเมินผล

- 1) ความสนใจและการมีส่วนร่วมในการเรียน
- 2) ทดสอบกลางภาค โดยสอบภาคทฤษฎี
- 3) จัดเก็บคะแนนจากงานที่มอบหมายให้ในแต่ละครั้ง

## 3. ทักษะทางปัญญา

### 3.1 ทักษะทางปัญญาที่ต้องพัฒนา

ผู้เรียนต้องมีทักษะในการคิดวิเคราะห์อย่างเป็นระบบ เพื่อความสามารถในการแก้ไขปัญหาต่างๆ ที่อาจเกิดขึ้นได้ ในการประกอบวิชาชีพ ดังนั้น มาตรฐานทักษะทางปัญญาต้องครอบคลุม (TQF 2.2.3 (3))

- 1) ความสามารถในการถ่ายทอดและแลกเปลี่ยนความรู้กับผู้อื่น (2.2.3 (3))

### 3.2 วิธีการสอน

- 1) วิเคราะห์และยกตัวอย่างกรณีศึกษา
- 2) ชี้ให้เห็นถึงความสำคัญของการทำงานเป็นทีมและการรับผิดชอบหน้าที่ที่ได้รับมอบหมาย
- 3) อธิบาย ถึงตัวอย่างของการคิดวิเคราะห์ และ ขั้นตอนในการแก้ไขปัญหา

### 3.3 วิธีการประเมินผล

- 1) ประเมินผลรายบุคคลและกลุ่มจากการฝึกปฏิบัติการ
- 2) การนำเสนอรายงาน
- 3) การทดสอบปลายภาค ทฤษฎี

## 4. ทักษะความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและความรับผิดชอบ

### 4.1 ทักษะความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและความรับผิดชอบที่ต้องพัฒนา

ผู้เรียนต้องมีทักษะในการอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้อย่างมีความสุข ดังนั้น มาตรฐานทักษะด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและความรับผิดชอบต้องครอบคลุม (TQF 2.2.4 (1-2, 4-5))

- 1) ความรับผิดชอบในงานที่ได้รับมอบหมาย ทั้งงานรายบุคคลและงานกลุ่ม (2.2.4 (1))
- 2) ความสามารถในการปรับตัวและทำงานร่วมกับผู้อื่นทั้งในฐานะผู้นำและสมาชิกกลุ่มได้อย่างมีประสิทธิภาพ (2.2.4 (2))
- 3) การมีบุคลิกภาพที่ดี และมีมนุษยสัมพันธ์ (2.2.4 (4))
- 4) ความสามารถในการวางแผนและรับผิดชอบในการเรียนรู้และพัฒนาตนเองและวิชาชีพอย่างต่อเนื่อง (2.2.4 (5))

### 4.2 วิธีการสอน

- 1) แบ่งกลุ่มฝึกปฏิบัติการโดยกำหนดหน้าที่รับผิดชอบของแต่ละคนในกลุ่มอย่างชัดเจน
- 2) นำผลลัพธ์ที่ได้จากการปฏิบัติงานกลุ่มมาหาข้อผิดพลาดและสาเหตุว่าเกิดจากความบกพร่องส่วนใด
- 3) ชี้แนะแนวทางการแก้ไขข้อผิดพลาดจากการทำงานเป็นทีม

### 4.3 วิธีการประเมินผล

- 1) ประเมินการมีส่วนร่วมในชั้นเรียน
- 2) ประเมินความรับผิดชอบจากการเข้าฝึกปฏิบัติของนักศึกษา
- 3) ประเมินความรับผิดชอบจากรายงานของนักศึกษา

4) ให้นักศึกษาประเมินสมาชิกในกลุ่ม ด้านการมีส่วนร่วม ด้านทักษะความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและความรับผิดชอบ

## 5. ทักษะการวิเคราะห์เชิงตัวเลข การสื่อสาร และการใช้เทคโนโลยีสารสนเทศ

### 5.1 ทักษะการวิเคราะห์เชิงตัวเลข การสื่อสาร และการใช้เทคโนโลยีสารสนเทศที่ต้องพัฒนา

ผู้เรียนต้องมีทักษะในการสืบค้นและวิเคราะห์ข้อมูล รวมทั้งทักษะในการสื่อสาร และการนำเสนอ สามารถประยุกต์ใช้เทคโนโลยีต่างๆ ในการสร้างสรรค์ผลงานได้อย่างเหมาะสม ดังนั้น มาตรฐานทักษะด้านการวิเคราะห์เชิงตัวเลข การสื่อสาร และการใช้เทคโนโลยีสารสนเทศต้องครอบคลุม (TQF 2.2.5 (2,3))

1) ความสามารถในการสื่อสาร สามารถสรุปประเด็นจากสิ่งที่ได้เห็นและฟัง ถ่ายทอดและนำเสนอข้อมูลได้อย่างสร้างสรรค์และมีประสิทธิภาพ (2.2.5 (2))

2) ความสามารถในการติดตามความก้าวหน้าทางเทคโนโลยี นวัตกรรม และสถานการณ์โลก โดยใช้เทคโนโลยีสารสนเทศ (2.2.5 (3))

### 5.2 วิธีการสอน

1) ใช้สื่อเทคโนโลยีการสอนสมัยใหม่เช่นโปรแกรมคอมพิวเตอร์ประกอบการสอน  
 2) การแนะนำเทคนิคการสืบค้นข้อมูลและแหล่งข้อมูลทางอินเทอร์เน็ต  
 3) มอบหมายงานให้ค้นคว้าด้วยตัวเองทางเว็บไซต์ และสื่อการสอนทางอินเทอร์เน็ต โดยมีแหล่งอ้างอิงที่เชื่อถือได้

4) งานที่มอบหมายต้องมีการนำเสนอในรูปแบบเอกสารและสื่อเทคโนโลยี

### 5.3 วิธีการประเมินผล

1) ประเมินทักษะภาษาเขียนจากเอกสารรายงาน  
 2) ประเมินจากทักษะการพูด การตอบคำถาม และการใช้สื่อสารสนเทศในการนำเสนอรายงานในชั้นเรียน  
 3) ประเมินรายงานการสืบค้นข้อมูลด้วยเทคโนโลยีสารสนเทศ

## หมวดที่ 5 แผนการสอนและการประเมินผล

### 1. แผนการสอน

ลำดับที่	หัวข้อ/รายละเอียด	จำนวน ชั่วโมง	กิจกรรมการเรียนการสอน สื่อที่ใช้	ผู้สอน
1	<p><b>แนะนำการเรียนการสอน</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับโภชนาการชุมชน</li> <li>- ความหมายและความสำคัญของ โภชนาการชุมชน</li> <li>- สภาวะอาหารและโภชนาการชุมชนในประเทศไทย</li> <li>- ศึกษาแผนอาหารและโภชนาการแห่งชาติ</li> <li>- ศึกษาข้อกำหนดความต้องการพลังงานและสารอาหารประจำวันที่ร่างกายควร</li> </ul>	4	<ul style="list-style-type: none"> <li>- บรรยายประกอบสื่อการสอน PowerPoint</li> <li>- ชี้แจงรายละเอียดของรายวิชา จุดประสงค์และ เป้าหมายของรายวิชา</li> <li>เกณฑ์การวัดผลและประเมินผลตาม มคอ.3</li> <li>- แนะนำวิธีการและแหล่งสืบค้น</li> <li>- เอกสารประกอบการสอน</li> <li>- แนะนำหนังสือและ website เพิ่มเติม</li> </ul>	อาจารย์ยศสินี

สัปดาห์ที่	หัวข้อ/รายละเอียด	จำนวน ชั่วโมง	กิจกรรมการเรียนการสอน สื่อที่ใช้	ผู้สอน
	ได้รับสำหรับคนไทย - วิธีการกำหนดความต้องการพลังงาน และสารอาหาร			
2	<b>การประเมินภาวะโภชนาการโดยใช้วิธีการทางชีวเคมี</b> - การประเมินภาวะโภชนาการของสารอาหารโปรตีน - การประเมินภาวะโภชนาการของสารอาหารไขมัน - การประเมินภาวะโภชนาการของวิตามินที่ละลายในน้ำ - การประเมินภาวะโภชนาการของวิตามินที่ละลายในไขมัน - การประเมินภาวะโภชนาการของเกลือแร่และแร่ธาตุ	4	- บรรยายประกอบสื่อการสอน PowerPoint - เอกสารประกอบการสอน	อาจารย์ยศลินี
3	<b>การประเมินภาวะโภชนาการโดยใช้วิธีการวัดสัดส่วนต่างๆของร่างกาย</b> - องค์ประกอบของร่างกาย - วิธีการที่ใช้ในการประเมินองค์ประกอบของร่างกาย - การวัดสัดส่วนต่างๆของร่างกาย - ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการเจริญเติบโตของเด็ก	4	- บรรยายประกอบสื่อการสอน PowerPoint - เอกสารประกอบการสอน	อาจารย์ยศลินี
4	<b>การประเมินภาวะโภชนาการโดยใช้วิธีการวัดสัดส่วนต่างๆของร่างกาย (ต่อ)</b> - การประเมินภาวะโภชนาการจากการวัดเส้นรอบแขนและเส้นรอบศีรษะของเด็ก - การประเมินภาวะโภชนาการจากการวัดเส้นรอบวงต่างๆในผู้ใหญ่ - การประเมินภาวะโภชนาการจากการวัดปริมาณไขมันใต้ผิวหนังในผู้ใหญ่	4	- บรรยายประกอบสื่อการสอน PowerPoint - เอกสารประกอบการสอน - มอบหมายให้นักศึกษาแบ่งกลุ่มในชั้นเรียนออกเป็น 6 กลุ่ม กลุ่มละเท่าๆกัน โดยให้แต่ละกลุ่มหมุนเวียนเป็นกลุ่มเวร ซึ่งมีหน้าที่ในการเก็บ รวบรวมอุปกรณ์ต่างๆ เพื่อใช้ในการฝึกปฏิบัติ	อาจารย์ยศลินี
5	<b>การฝึกปฏิบัติ</b> - ฝึกปฏิบัติการประเมินภาวะโภชนาการโดยใช้วิธีการวัดสัดส่วนต่างๆของร่างกาย	4	- นักศึกษาฝึกปฏิบัติ - อาจารย์สรุปการฝึกปฏิบัติ - มอบหมายให้นักศึกษาทำรายงานการวิจัยเพื่อนในชั้นเรียน โดยการบูรณาการความรู้จากการประเมินภาวะโภชนาการโดยใช้วิธีการวัดสัดส่วนต่างๆของร่างกาย และรายงานผลการวิจัยในสัปดาห์ที่ 15	อาจารย์ยศลินี

สัปดาห์ที่	หัวข้อ/รายละเอียด	จำนวน ชั่วโมง	กิจกรรมการเรียนการสอน สื่อที่ใช้	ผู้สอน
6	<b>การประเมินภาวะโภชนาการโดยการตรวจร่างกายทางคลินิก</b> - อาการแสดงที่ตรวจได้ทางคลินิกซึ่งบ่งชี้ถึงโรคขาดสารอาหาร - อาการแสดงที่ตรวจได้ทางคลินิกซึ่งบ่งชี้ถึงโรคขาดวิตามิน - อาการแสดงที่ตรวจได้ทางคลินิกซึ่งบ่งชี้ถึงโรคขาดแร่ธาตุ	4	- บรรยายประกอบสื่อการสอน PowerPoint - เอกสารประกอบการสอน	อาจารย์ยศลินี
7	<b>การฝึกปฏิบัติ</b> - ฝึกปฏิบัติการประเมินภาวะโภชนาการโดยวิธีการตรวจร่างกายทางคลินิก	4	- นักศึกษาฝึกปฏิบัติ - อาจารย์สรุปการฝึกปฏิบัติ	อาจารย์ยศลินี
8	<b>สอบกลางภาค</b> <b>การประเมินภาวะโภชนาการโดยวิธีการประเมินอาหารบริโภค</b> - การประเมินอาหารบริโภคโดยใช้แบบสอบถามความถี่ในการบริโภคอาหาร (Food frequency questionnaire; FFQ) - การประเมินอาหารบริโภคโดยใช้แบบสอบถามความถี่ถึงปริมาณในการบริโภคอาหาร (Semi-quantitative food frequency questionnaire; Semi-FFQ) - การประเมินอาหารบริโภคโดยใช้แบบบันทึกอาหารบริโภคนย้อนหลัง 24 ชั่วโมง (24-hour dietary recall)	4	- สอบภาคทฤษฎีเนื้อหาตั้งแต่สัปดาห์ที่ 1-7 เวลา 1 ชั่วโมง อาจารย์ชี้แจงระเบียบวิธีการสอบ - บรรยายประกอบสื่อการสอน PowerPoint - เอกสารประกอบการสอน	อาจารย์ยศลินี
9	<b>การฝึกปฏิบัติ</b> - ฝึกปฏิบัติการสร้างเครื่องมือเพื่อนำมาใช้ในการประเมินภาวะโภชนาการโดยการสร้างแบบสอบถามการบริโภคอาหารทั้ง 3 ประเภท	4	- นักศึกษาฝึกปฏิบัติ - อาจารย์สรุปการฝึกปฏิบัติ	อาจารย์ยศลินี
10	<b>การฝึกปฏิบัติ</b> - ฝึกปฏิบัติการประเมินภาวะโภชนาการโดยวิธีการประเมินอาหารบริโภค	4	- นักศึกษาฝึกปฏิบัติ - อาจารย์สรุปการฝึกปฏิบัติ - มอบหมายให้นักศึกษาทำรายงานการวิจัยเพื่อนำมาเรียน โดยการบูรณาการความรู้จากการประเมินภาวะโภชนาการโดยวิธีการประเมินอาหารบริโภค และรายงานผลการวิจัยในสัปดาห์ที่ 15	อาจารย์ยศลินี



สัปดาห์ที่	หัวข้อ/รายละเอียด	จำนวน ชั่วโมง	กิจกรรมการเรียนการสอน สื่อที่ใช้	ผู้สอน
11	ศึกษาการจัดทำโครงการเพื่อเผยแพร่ความรู้ทางด้านโภชนาการ	4	- บรรยายประกอบสื่อการสอน PowerPoint - เอกสารประกอบการสอน	อาจารย์ศลิณี
12	การฝึกปฏิบัติ - การจัดทำโครงการเพื่อเผยแพร่ความรู้ทางด้านโภชนาการ	4	- นักศึกษาฝึกปฏิบัติการจัดทำโครงการเพื่อเผยแพร่ความรู้ทางด้านโภชนาการ	อาจารย์ศลิณี
13	ศึกษาการจัดทำสื่อการสอนสำหรับให้โภชนศึกษาในชุมชน	4	- บรรยายประกอบสื่อการสอน PowerPoint - เอกสารประกอบการสอน	
14	การฝึกปฏิบัติ - การจัดทำสื่อการสอนสำหรับให้โภชนศึกษาในชุมชน	4	- นักศึกษาฝึกปฏิบัติการจัดทำสื่อการสอนสำหรับให้โภชนศึกษาในชุมชน	อาจารย์ศลิณี
15	การบูรณาการเรียนการสอนกับการวิจัย - นักศึกษานำเสนอรายงานการวิจัยเพื่อนในชั้นเรียน เรื่องการประเมินภาวะโภชนาการโดยใช้วิธีการวัดสัดส่วนต่างๆของร่างกาย และเรื่องการประเมินภาวะโภชนาการโดยวิธีการประเมินอาหารบริโภค	4	- อาจารย์สรุปผลการนำเสนอรายงานการวิจัย	อาจารย์ศลิณี
16	สอบปลายภาค		อาจารย์ชี้แจงระเบียบวิธีการสอบ	

## 2. แผนการประเมินผลการเรียนรู้

กิจกรรมที่	ผลการเรียนรู้	วิธีการประเมิน	สัปดาห์ที่ประเมิน	สัดส่วนของการประเมินผล
1	2.2.1(1), 2.2.1(2), 2.2.1(5), 2.2.2(1), 2.2.2(3), 2.2.3(3), 2.2.4(1), 2.2.4(2), 2.2.4(4), 2.2.4(5), 2.2.5(2)	การประเมินพฤติกรรมด้านความรู้และทักษะ รวมถึงความรับผิดชอบในการทำงานเป็นกลุ่ม (การฝึกปฏิบัติการประเมินภาวะโภชนาการเป็นกลุ่ม การจัดทำสื่อโภชนศึกษา การสร้างเครื่องมือในการประเมินภาวะโภชนาการ รายงาน และการสอบภาคทฤษฎี)	1-15	70%
2	2.2.1(1), 2.2.1(2)	การประเมินพฤติกรรมด้านคุณธรรม จริยธรรม ความรับผิดชอบ (การเข้าชั้นเรียน การมีส่วนร่วมในชั้นเรียน งานที่ได้รับมอบหมาย และการนำเสนอความคิดเห็นในชั้นเรียน)	1-15	10%

กิจกรรม ที่	ผลการ เรียนรู้	วิธีการประเมิน	สัปดาห์ที่ ประเมิน	สัดส่วนของการ ประเมินผล
3	2.2.1(1), 2.2.2(1), 2.2.3(3), 2.2.4(1), 2.2.4(2), 2.2.4(4), 2.2.4(5), 2.2.5(2), 2.2.5(3)	การประเมินความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล การ วิเคราะห์ การสื่อสาร และเทคโนโลยี สารสนเทศ - การฝึกปฏิบัติการประเมินภาวะโภชนาการ - การนำเสนอรายงานการวิจัยจากการบูรณา การการเรียนการสอน	15	20%

### 3. การประเมินผล

#### 3.1 ประเมินผลระหว่างภาค ร้อยละ 70 แบ่งออกตามกิจกรรมและเนื้อหา ดังนี้

- การเข้าร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน 5 คะแนน
- มอบหมายงาน ความรับผิดชอบ 5 คะแนน
- สอบกลางภาค 20 คะแนน
- ฝึกปฏิบัติการประเมินภาวะโภชนาการ 20 คะแนน
- การนำเสนอรายงานการวิจัยจากการบูรณาการ  
การเรียนการสอน 20 คะแนน

#### 3.2 ประเมินผลปลายภาค ร้อยละ 30

- สอบทฤษฎี 30 คะแนน
- รวม 100 คะแนน

เกณฑ์การประเมินให้ระดับผลการเรียนตามช่วงคะแนน ของมหาวิทยาลัย มีดังนี้

ระดับผลการเรียน	ช่วงคะแนน	ระดับผลการเรียน	ช่วงคะแนน
A	90-100	C	60-69
B+	85-89	D+	55-59
B	75-84	D	50-54
C+	70-74	F	ต่ำกว่า 50

หมายเหตุ นักศึกษาต้องมีเวลาเรียนและเข้าร่วมกิจกรรมฝึกปฏิบัติการไม่ต่ำกว่า 85 %  
(ยกเว้นกรณีมีเหตุจำเป็น)

### หมวดที่ 6 ทรัพยากรประกอบการเรียนการสอน

#### 1. เอกสารและตำราหลัก

ยศลินี หัวดวง. (2556). เอกสารประกอบการสอนรายวิชาโภชนาการชุมชน. มหาวิทยาลัยราชภัฏ  
สวนดุสิต

#### 2. เอกสารและข้อมูลสำคัญ

เกษมสันต์. (2549). กายวิภาคศาสตร์และสรีรวิทยาของมนุษย์. พิมพ์ครั้งที่ 5. กรุงเทพมหานคร :

โสมถการพิมพ์.

- ไกรสิทธิ์ ตันติศิริพันธ์ และ อรุวรรณ วลัยพัชรา. (2532). **โภชนาการ การออกกำลังกายและการเติบโตในเด็ก**. ก้าวไปกับโภชนาการเพื่อสุขภาพ. สถาบันวิจัยโภชนาการ และคณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล กรุงเทพมหานคร.
- คณินญา พรนริศ. (2536). **โภชนศาสตร์พื้นฐาน**. มหาวิทยาลัยราชภัฏเลย.
- จินตนา เวชสวัสดิ์. (2548). **กายวิภาคศาสตร์**. กรุงเทพฯ : สุวีริยาสาส์น.
- นัยนา บุญทิววัฒน์. (2546). **ชีวเคมีทางโภชนาการ**. กรุงเทพฯ : ชิกม่า ดีไซน์กราฟฟิก.
- ปราณีต ผ่องแผ้ว. (2539). **โภชนศาสตร์ชุมชน ในสังคมที่มีการเปลี่ยนแปลงภาวะเศรษฐกิจอย่างรวดเร็ว**. กรุงเทพมหานคร : ลิฟวิง ทรานส์ มีเดีย.
- พิภพ จิรภิญโญ. (2538). **โภชนศาสตร์คลินิกในเด็ก**. กรุงเทพฯ : ชวนชมการพิมพ์.
- เรื่องวิทย์ ตันติแพททางกุล. (2547). **คาร์โบไฮเดรต ไขมัน และโปรตีน**. ใน อุมภาพร สุทัศน์วรวิทย์ (บก.). **โภชนาการก้าวหน้า**. กรุงเทพฯ : บียอนด์เอ็นเทอร์ไพรซ์.
- สรรเสริญ ทรัพย์โตชก. (2531). **โภชนาการเชิงชีวเคมี**. กรุงเทพมหานคร : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

### 3. เอกสารและข้อมูลแนะนำหนังสือ เอกสาร และข้อมูลอ้างอิงที่แนะนำ

[www.nutritionthailand.or.th](http://www.nutritionthailand.or.th)  
[www.nu.mahidol.ac.th](http://www.nu.mahidol.ac.th)  
[www.nutrition.anamai.moph.go.th](http://www.nutrition.anamai.moph.go.th)

## หมวดที่ 7 การประเมินและปรับปรุงการดำเนินการของรายวิชา

### 1. กลยุทธ์การประเมินประสิทธิผลของรายวิชาโดยนักศึกษา

ให้นักศึกษาทุกคนประเมินประสิทธิผลรายวิชา ซึ่งรวมถึงวิธีการสอน การสาธิต และสิ่งสนับสนุนการเรียนการสอน และเสนอแนะเพื่อการปรับปรุงรายวิชา โดยใช้แบบประเมินผู้สอนและแบบประเมินรายวิชา

### 2. กลยุทธ์การประเมินการสอน

ประเมินการสอนโดยคณะกรรมการประเมินการสอนที่แต่งตั้งโดยภาควิชาหรือหลักสูตร จากการสุ่มสังเกตการสอน และการสุ่มสัมภาษณ์นักศึกษา

### 3. การปรับปรุงการสอน

ต่อเนื่งจากการประเมินการสอนทางหลักสูตร โดยจัดการประชุมระดมความคิดและหาข้อมูลในการพัฒนาแนวการสอนดังนี้

- การประสานงานด้านข้อมูลกับหน่วยงานภายนอกมหาวิทยาลัย หรือ บริษัทเอกชน
- การสัมมนาการเรียนการสอน
- การทำวิจัยภายในชั้นเรียน

### 4. การทวนสอบมาตรฐานผลสัมฤทธิ์ของนักศึกษาในรายวิชา

- มีการทบทวนสอบมาตรฐานและผลสัมฤทธิ์รายวิชาของนักศึกษา ได้จากการสอบถามนักศึกษา การตรวจเช็คผลงานการปฏิบัติของนักศึกษา มีการทดสอบผลสัมฤทธิ์โดยรวมได้ดังนี้

- ตรวจสอบผลการประเมินการเรียนรู้ของนักศึกษา โดยตรวจสอบจากข้อสอบ รายงาน ผลงาน และวิธีการให้คะแนนพฤติกรรม

## 5. การดำเนินการทบทวนและการวางแผนปรับปรุงประสิทธิภาพของรายวิชา

จากผลการประเมินและทวนสอบมาตรฐานและผลสัมฤทธิ์ในรายวิชา ได้มีการวางแผนการพิจารณาปรับปรุงการสอน และรายละเอียดวิชา เพื่อให้เกิดคุณภาพมากขึ้น โดย อาจารย์ผู้สอนเป็นผู้รับผิดชอบในการทบทวนเนื้อหาที่สอนและวิธีการสอน ตลอดจนนำเสนอแนวทางในการปรับปรุงและพัฒนาเนื้อหาการสอนให้สอดคล้องกับสภาวะปัจจุบันและยุคสมัย สามารถนำไปใช้ได้จริงในทางปฏิบัติ เพื่อนำเข้าที่ประชุมอาจารย์ประจำหลักสูตรพิจารณาเสนอแนะความคิดเห็นและสรุปวางแผนการพัฒนาปรับปรุงต่อไป